

Combigebruik. De meest gestelde vragen

de druglijn

V.U.: Paul Van Deun, Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs
VAD vzw, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel - januari 2017 (herziene herdruk) -
D/2017/6030/2
De DrugLijn is een initiatief van VAD – VAD wordt gefinancierd door de Vlaamse
overheid. De DrugLijn financieel steunen kan op rekeningnummer 433-1078042-09.
Vanaf € 40 ontvang je een fiscaal attest.
concept Today - druk www.epo.be - afbeeldingen www.shutterstock.com





Combigebruik betekent twee of meer drugs bij dezelfde gelegenheid gebruiken. Dat wil niet zeggen dat de drugs per se op hetzelfde moment ingenomen worden: zelfs met een tussenpauze van enkele uren, kunnen de effecten van verschillende drugs elkaar nog beïnvloeden.
Die drugs kunnen illegaal (zoals cannabis, xtc, speed, cocaïne, heroïne), maar ook legaal zijn (zoals tabak, alcohol, cafeïne en medicijnen). Men kan ze doelbewust combineren, maar soms combineert men ook zonder het te beseffen.

Combigebruik is riskant en speelt vaak een rol bij een overdosis of andere acute gezondheidsklachten. Welke combinaties komen zoal voor? Welke effecten kunnen ze hebben? En wat kan er fout gaan? Deze folder beantwoordt een aantal veelgestelde vragen.

Waarom combineren mensen drugs?

Onbewust en ongewild

Velen combineren drugs zonder het te beseffen. Vaak is het een gewoonte en is men zich niet bewust van de risico's.
Men neemt af en toe een pilletje tegen één of ander ongemak (bijvoorbeeld hoofdpijn) en drinkt tegelijk ook alcohol. Anderen drinken regelmatig alcohol en houden hun drinkgewoonten aan als ze dagelijks medicijnen moeten slikken. Ook tijdens het uitgaan combineren velen alcohol met andere middelen.

Een illegale drug combineren met een andere legale of illegale drug (bijvoorbeeld xtc met cannabis of alcohol met cocaïne) gebeurt niet altijd doelbewust of gepland. Het hangt soms meer af van het toeval, of van welke drugs er op dat moment voorhanden zijn.

Producenten of dealers versnijden illegale drugs vaak met andere, goedkopere stoffen. Speed bijvoorbeeld, kan cafeïne bevatten, waardoor het gebruik van één illegale drug ongewild en onbewust ook combigebruik kan zijn.

Doelbewust

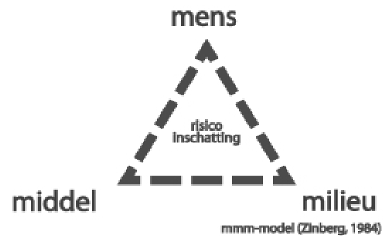
Vooral illegaledruggebruikers combineren drugs om een bepaald effect te bekomen. Dat doen ze om de aangename effecten van één bepaalde drug te versterken of net om de onaangename effecten te onderdrukken. Of en wat er juist gecombineerd wordt, hangt ook af van de situatie waarin iemand zich bevindt.

Alcohol wordt voornamelijk gebruikt vóór en tijdens het uitgaan. Speed- en cocaïnegebruikers snuiven die drugs eerder vóór en tijdens het uitgaan, omwille van het energiegevoel. Xtc wordt vooral tijdens het uitgaan geslikt. Achteraf grijpen uitgaanders wel eens naar cannabis of slaapmiddelen om tot rust te komen.

Wie verslaafd is, combineert soms eender welke illegale drug die voorhanden is. Heroïnegebruikers bijvoorbeeld gebruiken de ene keer samen met cocaïne, de andere keer met kalmeringsmiddelen, of met nog andere drugs.

Wat doet het?

Zoals bij elke drug verschillen de risico's naargelang de gebruiker, de wijze van gebruik, de hoeveelheid, de plaats en het moment van het gebruik. De drug (middel), de gebruiker (mens) en de omgeving (milieu) beïnvloeden elkaar en bepalen het risico.



Drugs worden grotendeels in drie groepen verdeeld:

- Van verdovende drugs (zoals heroïne, alcohol, slaap- en kalmeringsmiddelen en GHB) wordt men minder alert, rustiger en soms suf en slaperig.
- Oppeppende drugs (zoals speed en cocaïne) lijken meer energie en zelfvertrouwen te geven.
- Tripmiddelen (hallucinogene drugs zoals lsd en paddenstoelen) veranderen de beleving van de werkelijkheid.

Sommige drugs zijn moeilijk in een van de drie groepen onder te brengen. Cannabis bijvoorbeeld kan zowel een verdovend effect als het effect van een tripmiddel hebben. Xtc heeft zowel kenmerken van oppeppende drugs als van een tripmiddel.

De effecten van één drug zijn soms al moeilijk voorspelbaar, omdat ze ook afhangen van wie die drug gebruikt, wat diens gemoedstoestand is, maar ook door de gebruikte dosis, de omgeving enzovoort. Ook onduidelijkheid over de zuiverheid of exacte samenstelling van de drugs kan voor problemen zorgen. Bij het combineren wordt het bijgevolg nog moeilijker om de effecten en de risico's in te schatten. Zeker als het om een combinatie van verschillende drugs met tegengestelde effecten gaat.

Wie één drug gebruikt en korte tijd later nog wat meer van diezelfde drug neemt, kan de effecten nog min of meer inschatten: meer van hetzelfde, ofwel 1 + 1 heeft als som 2. Maar wanneer iemand verschillende drugs combineert, worden de effecten onvoorspelbaar. Het resultaat van 1 + 1 kan bij wijze van spreken uitdraaien op 3 of nog wat anders. Door de optelsom van twee drugs is de lichamelijke en geestelijke impact sowieso zwaarder dan bij het gebruik van één drug.

Wat kan er fout gaan bij combigebruik?

De vaakst voorkomende en de meest risicovolle combinaties zijn:

Verdovende drugs

Het combineren van verschillende verdovende drugs heeft altijd een sterk verdovend effect. Het houdt dan ook het grootste risico in op een overdosis.

Alcohol en medicatie

Wie ziek is en medicijnen slikt, drinkt beter geen alcohol. Worden beide toch gecombineerd, dan hangen de gevolgen sterk af van het soort medicijnen. Het kan de effecten van de alcohol versterken, maar ook leiden tot een verminderde of net sterkere werking van de medicatie.
De combinatie van alcohol met slaap- en kalmeringsmiddelen of zware pijnstillers kan gevaarlijk zijn. De verdoving kan zo sterk worden dat men in coma raakt of overlijdt.

Opiaten en kalmeringsmiddelen

De combinatie van slaap- en kalmringsmiddelen met opiaten en opioïden, zoals heroïne en methadon of zware pijnstillers, kan gevaarlijk verdovend zijn. Heel wat overdosissen zijn te wijten aan dergelijke combinaties.

Alcohol en GHB

GHB heeft op zich al een kwalijke reputatie voor de kans op bewusteloosheid en coma. Gecombineerd met alcohol wordt dit risico nog veel groter en ronduit levensgevaarlijk.

Oppeppende middelen

Als speed en cocaïne, xtc en cocaïne of xtc en speed gecombineerd worden, versterken ze elkaars oppeppend efect. Dat kan leiden tot verhoogde bloeddruk en hartslag, hartritmestoornissen en hersenbloeding. Ook de kans op paniek of paranoia, agressie en slaapproblemen neemt toe.



Oppeppende en verdovende drugs

Bij dit soort combinaties remmen de drugs elkaars effecten af. Gebruikers krijgen het valse gevoel nog niet veel gebruikt te hebben. Daardoor gebruiken ze makkelijker nog meer en nemen de schadelijke effecten en risico's nog toe.

Alcohol en xtc/speed/cocaïne

Wie alcohol combineert met xtc, speed of cocaïne, voelt minder de effecten van de drank. Door dat vals gevoel van nuchterheid bestaat het gevaar dat men stevig blijft doordrinken. Door de combinatie heeft men minder voeling met zijn lichaam en kan men overmoedig worden. Dat draagt bij tot uitputting, de kans op uitdroging of een hartaanval. Alcohol werkt vochtafdrijvend. In combinatie met xtc, speed of cocaïne stijgt het risico op uitdroging. Bij xtc-gebruik is oververhitting een gevaarlijke complicatie.

Alcohol is erg populair als combidrug bij cocaïnegebruikers. Ze geven aan dat alcohol de positieve effecten van de cocaïne verlengt en de onaangenaame effecten verzacht. Maar door de combinatie vormt zich coca-ethyleen in het lichaam. Die stof werkt niet alleen intenser en langer dan cocaïne, ze kan agressie uitlokken en is erg schadelijk voor hart en lever.

Opiaten en cocaïne

Opiaten zoals heroïne in combinatie met cocaïne kunnen elkaars roeseffecten opheffen. Met als risico dat gebruikers grotere dosissen nemen dan gewoonlijk. Soms grijpen heroïnegebruikers naar cocaïne om de ontwenningsverschijnselen van heroïne op te vangen. Of uit hoop dat de ene drug de negatieve effecten van de andere zal opvangen. Als beide drugs tegelijk ingespoten worden, heet dat een 'speed ball'.



Combinaties met cannabis

Veel cannabisgebruikers roken ook tabak of drinken ook alcohol. Sommigen combineren cannabis met andere illegale drugs.

Cannabis en alcohol

Cannabis vertraagt de opname van alcohol in het bloed. Wanneer men alcohol drinkt voordat men cannabis gebruikt, kan de cannabisroes toenemen. Alcohol en cannabis samen kan leiden tot misselijkheid, duizeligheid en paniek. Vooral bij beginnende gebruikers of bij zwaar gebruik. Het ondermijnt ook de coördinatie van de bewegingen en het denkproces, meer dan alcohol of cannabis afzonderlijk. In het verkeer bijvoorbeeld is dat extra gevaarlijk.

Cannabis en tabak

Cannabis wordt in ons land meestal gerookt in een joint: een zelfgerolde sigaret met cannabis en tabak. De rook wordt vaak dieper geïnhaleerd en langer ingehouden dan de rook van een gewone sigaret. Zo komt tot vijf keer meer teer en koolstofmonoxide in de longen terecht. Volgens sommige studies versterkt nicotine de cannabisroes en remt het de verminderde waakzaamheid door cannabisgebruik af. Er zijn ook aanwijzingen dat beginnende gebruikers die jointjes met tabak roken, na verloop van tijd verslaafd raken aan de nicotine.

Cannabis en xtc/speed/cocaïne

Door cannabis te combineren met xtc voelen gebruikers de effecten van xtc langer, maar ook minder hevig. Cannabis wordt gebruikt om de oppeppende effecten van speed en cocaïne wat te milderen. Welk effect men precies bekomt, is echter onvoorspelbaar.

Cannabis en tripmiddelen

Het samen gebruiken van tripmiddelen zoals lsd of paddenstoelen met cannabis versterkt het bewustzijnsveranderende effect en verhoogt de kans op paranoia en paniekaanvallen.

Tabak en alcohol

De combinatie van tabak en alcohol houdt vooral gezondheidsrisico's in op lange termijn. Samen zorgen ze voor een hogere hartslag en bloeddruk. Wie zowel rookt als drinkt heeft beduidend meer kans op gezondheidsproblemen. Wie veel rookt, maakt meer kans om veel te drinken en wie veel drinkt maakt kans om meer te roken. Beide verhogen ook de kans op kanker en hart- en vaatziekten. Stoppen met roken lukt moeilijker als men blijft drinken en omgekeerd.

Als het fout loopt. Hulp en informatie

Wie geen risico's wil lopen, gebruikt beter niet. Wie toch gebruikt, combineert beter niet. Bij combigebruik zijn de effecten en risico's moeilijk in te schatten. Meestal stuurt het lichaam signalen uit voordat het echt fout loopt (misselijkheid, droge mond, hartkloppingen, koud zweet ...). Wie deze signalen opmerkt, neemt het zekere voor het onzekere en zoekt best hulp. Want sommig combigebruik kan levensbedreigende risico's veroorzaken. Voor hulp kan je vrienden, omstaanders, bar- of clubpersoneel aanspreken. Bel zo snel mogelijk het noodnummer 112. Op events is er een EHBO-post waar men terecht kan.

Gaat het niet om een noodsituatie en heb je gewoon vragen over druggebruik of combigebruik? Ben je bezorgd om je eigen gebruik of dat van iemand in je omgeving? Dan kun je De DrugLijn contacteren.

Contacteer De DrugLijn

Bij De DrugLijn kan je terecht met al je vragen over drank, drugs, pillen en gokken. Voor informatie, een eerste advies of voor adressen voor hulp en preventie. Anoniem, zonder taboe, zonder oordeel

Bel via 078 15 10 20
- ma-vr: 10-20 u. (niet op feestdagen)
- met een vast toestel bel je aan voordeeltarief

Neem contact via www.druglijn.be
- stel je vraag via mail, Skype of chat
- je krijgt steeds een persoonlijk antwoord

